



教學計劃表 Syllabus

課程名稱(中文) Course Name in Chinese	體育(一)_適應體育		學年/學期 Academic Year/Semester	112/1	
課程名稱(英文) Course Name in English	Adapted Physical Education (I)				
科目代碼 Course Code	YY_14500	系級 Department & Year	校核心	開課單位 Course-Offering Department	通識教育中心
修別 Type	必修 Required	學分數/時間 Credit(s)/Hour(s)	1.0/2.0		
授課教師 Instructor	/陳怡靜				
先修課程 Prerequisite					
課程描述 Course Description					
透過個別的運動指導:包含呼吸法、地板核心動作、伸展動作、自由律動，協助身心障礙生活動身體，促進健康並使用運動輔具強化復健變化方式 *請注意:此課程僅開放給有身心障礙手冊或重大傷病卡者選修					
課程目標 Course Objectives					
1. 充分掌握身心障礙生的健康狀況資料、並適度協助改善與追蹤 2. 使有意提昇健康與體能的身心障礙生得以認識適應體育的優點與實用性 3. 初步建立可終身獨立執行的個人運動參與知能技巧 4. 給定參與者的第一階段自我訓練計畫內容、並嘗試規律執行					
(校)核心能力 Learning Outcomes					課程目標與校核心能力相關性 Correlation between Course Objectives and Basic Learning Outcomes
A	自主學習與創新思考Autonomous Learning and Creative Thinking				●
B	康健身心Physical Fitness and Mental Balance				●
C	互動、溝通與解決問題Interactive Communication and Problem Solving				
D	情藝美感Artistic Feeling and Aesthetic Perception				
E	文化素養與尊重差異Cultural Literacy and Respect for Differences				○
F	在地關懷與公民責任Local Commitment and Civic Responsibility				
圖示說明Illustration : ● 高度相關 Highly correlated ○ 中度相關 Moderately correlated					
授課進度表 Teaching Schedule & Content					
週次Week	內容 Subject/Topics				備註Remarks
1	個別狀況調查與評估				
2	走跑與呼吸法				
3	走跑、呼吸法與伸展動作				
4	走跑與伸展動作 (太極拳)				
5	走跑與核心訓練				

6	走跑與核心訓練	
7	走跑與律動	
8	走跑與律動	
9	期中考試週 Midterm Exa	
10	身心統合 (香功)	
11	身心統合(甩手功)	
12	身體各部位的認識與暖身運動	
13	身體各部位的認識與暖身運	
14	放鬆與按摩	
15	放鬆與按摩	
16	導引操 (瑜珈)	
17	導引操	
18	期末考試週 Final Exam	

教學策略 Teaching Strategies

- 課堂講授 Lecture
 分組討論 Group Discussion
 參觀實習 Field Trip
 其他 Miscellaneous: 觀察、相輔小點、製作、協助、鼓勵、陪伴、溝通、訂位、隨時視個別狀況調整進度

教學創新自評 Teaching Self-Evaluation

創新教學(Innovative Teaching)

- 問題導向學習(PBL)
 團體合作學習(TBL)
 解決導向學習(SBL)
 翻轉教室 Flipped Classroom
 磨課師 Moocs

社會責任(Social Responsibility)

- 在地實踐 Community Practice
 產學合作 Industry-Academia Cooperation

跨域合作(Transdisciplinary Projects)

- 跨界教學 Transdisciplinary Teaching
 跨院系教學 Inter-collegiate Teaching

- 業師合授 Courses Co-taught with Industry Practitioners

其它 other: *請注意:此課程僅開放給有身心障礙手冊或重大傷病卡者選修

學期成績計算及多元評量方式 Grading & Assessments

配分項目 Items	配分比例 Percentage	多元評量方式 Assessments							
		測驗 會考	實作 觀察	口頭 發表	專題 研究	創作 展演	卷宗 評量	證照 檢定	其他
平時成績 General Performance	40%								
期中考成績 Midterm Exam	30%								
期末考成績 Final Exam	30%								
作業成績 Homework and/or Assignments									
其他 Miscellaneous (_____)									

評量方式補充說明

Grading & Assessments Supplemental instructions

教科書與參考書目 (書名、作者、書局、代理商、說明)

Textbook & Other References (Title, Author, Publisher, Agents, Remarks, etc.)

課程教材網址(含線上教學資訊, 教師個人網址請列位於本校內之網址)

Teaching Aids & Teacher's Website(Including online teaching information.
Personal website can be listed here.)

其他補充說明 (Supplemental instructions)